

재한 중국인 유학생의 문화적응 정도에 따른 식생활 관련 요인 분석

임 로 · *장 재 선
가천대학교 식품영양학과

A Study of Dietary Life Related Factor according to the Acculturation Degree on Chinese Students in Korea

Lu Ren and *Jae-Seon Jang

Dept. of Food & Nutrition, Gachon University, Gyeonggi-do 13120, Korea

Abstract

This study was performed to provide fundamental data on the dietary life according to the acculturation degree. The subject was 305 Chinese students in South Korea region. The questionnaire respondents are consisted of 148 male students (48.5%) and 157 female students (51.5%). There was a statistically significant difference in age, education level, residence time, and Korean language ability according to acculturation degree ($p < 0.05$), but there was no statistically significant difference in gender, residence pattern, purpose of coming to Korea. There was a statistically significant difference between meals frequency, outside frequency, and the intake of Chinese food according to acculturation degree ($p < 0.05$), but there was no significant difference in snake taking frequency ($p > 0.05$). There was a statistically significant difference in drinks and computer time according to acculturation degree ($p < 0.05$), but there was no statistically significant difference between smoking and exercise ($p > 0.05$). The food intake style of Chinese students was 2.47 in noodles, 2.34 in lunches and 2.15 in breads. According to the acculturation degree, the food intake patterns showed statistically significant differences in dumping kind, congee, hamburger and pizza, while meat products, smoked meat, noodle, lunch, cereal, kimbap, sandwich. And there was no significant difference. The correlation between the factors influencing the acculturation degree of Chinese students showed a statistically significant effect on dietary habits, food intake, education level, residence period, and Korean language ability.

Key words: acculturation degree, dietary life related factor, Chinese students

서 론

국내에 등록된 외국인 현황자료에 의하면 유학생의 수는 2009년 80,985명, 2010년 87,480명으로, 2011년 88,468명, 2012년 84,711명으로 매년 꾸준히 증가하다가, 2013년 81,847명으로 다소 감소하였으나, 2014년 86,410명, 2015년 96,357명, 2016년 115,927명으로 증가하고 있다. 2017년 3월 법무부 출입국·외국인정책 통계월보에 의하면 재한 외국인 유학생 127,118명 중 유학 87,295명(68.7%), 한국어연수 39,809명

(231.3%)로 대부분을 차지하고 있으며, 그 중 중국인 유학생은 70,474명으로 전체 유학생의 55.4%를 차지하고 있다(KIS 2017).

유학생들은 한국에 온 이후에 낯선 환경으로 들어오게 되면서 경제문제, 언어문제, 생활문제, 식습관 문제 등 여러 가지 어려움을 겪고 있는 실정에 있다(Song & Li 2008). 특히 중국과 한국의 음식은 쌀이 주식이고 짠맛을 선호하는 면에서 비슷하지만, 발효식품이나 반찬문화에서는 다소 차이가 있으며(Zhu LL 2012), 한국생활에서 아침 결식, 불규칙한 식

* Corresponding author: Jae-Seon Jang, Dept. of Food & Nutrition, Gachon University, Gyeonggi-do 13120, Korea. Tel: +82-31-750-4767, Fax: +82-31-750-5974, E-mail: jangjs@gachon.ac.kr

사, 잦은 외식, 폭식 등 식생활 문제, 패스트푸드를 자주 이용하는 등 식사와 더불어 적절한 식사가 이루어지지 못해 영양 불균형 등의 문제가 심각한 것으로 나타났다(Li GT 2013).

지금까지 중국인 유학생을 대상으로 선행연구를 살펴보면 중국인 대학생, 한국 거주 중국인 유학생 그리고 한국 대학생의 식습관 및 생활습관 차이 연구(Yan WQ 2016), 재한 중국 유학생의 식생활 실천에 관한 연구(Feng Z 2014), 중국 유학생들의 식습관 변화 및 건강관련 위험요인 분석(Gao RR 2014), 재한 중국유학생의 식생활 변화에 따른 간식섭취 행동 조사(Li GT 2013), 한국 거주 중국인 유학생들의 문화적응에 따른 식생활변화(Lu WF 2012) 등이 보고되고 있으며, 또한 재학 중국유학생 대학생활적응과 문화적응 스트레스 연구(Wu K 2016), 중국 유학생들의 학교적응 스트레스와 여가시간 운동참여가 학교생활 부적응에 미치는 영향(Lian XP 2015), 재한 중국유학생의 유학기간에 따른 자기효능감과 스트레스 대처방식이 대학생활 적응에 미치는 영향(Chen X 2015), 재한 중국유학생의 문화적응 스트레스가 심리적 안정감에 미치는 영향(Su M 2013) 등 선행연구가 보고되고 있으나, 중국인 유학생을 대상으로 문화적응 정도에 따른 식생활 관련 요인 연구는 거의 미비한 실정이다.

그리하여 본 연구는 재한 중국인 유학생들의 문화적응 정도에 따른 인구학적 특성, 식습관 및 생활습관, 생활관련 스트레스, 식품의 섭취형태와의 관련성을 비교 분석하여, 중국인 유학생들의 국내에서의 적절한 유학적응을 돕는 식생활 프로그램을 개발하는 기초 자료로 활용하고자 한다.

연구 내용 및 방법

1. 조사 대상 및 기간

본 조사는 2017년 3~4월 한국에 유학 중인 중국인 유학생을 대상으로 설문조사 방법으로 실시하였다. 설문지는 총 350부로 무작위로 배포하여 이 가운데 320부의 설문지가 회수되었으며, 이 중 답이 누락하거나 응답내용이 불충분한 자료를 제외하고, 총 305부의 자료를 통계분석에 이용하였다.

2. 조사 내용 및 방법

본 연구에 사용된 설문지는 선행 연구(Lu WF 2012; Zhu JF 2012)를 참고하여 결과의 신뢰도 및 타당도를 높이기 위해 예비조사를 거쳐 실시하였다. 연구에 사용한 설문지 구성은 응답자의 인발적인 특성인 성별, 나이, 교육수준, 한국 거주 기간, 거주형태, 한국어 능력 정도, 한국에 오게 된 동기 등 7개 항목을 측정하였다. 조사대상자의 문화적응 정도는 선행 연구(Song 등 2004)를 참조하여 8개의 문항으로, 각 문항은 5지 선다형으로, 적응도가 가장 높은 형 5점에서 가장 낮은

형 1점을 부과하여 점수화 하였다. 개인별로 8개 문항에 대한 평균 점수를 산출한 후 평균 3점 미만인 경우, 낮은 적응군(LA: Low Acculturation), 평균 3점 이상인 경우, 높은 적응군(HA: High Acculturation)으로 분류하였다(Suinn 등 1992). 식습관 및 생활습관은 하루 식사횟수, 간식 빈도, 외식 빈도, 한국에서 중국음식 섭취 여부, 음주 여부, 흡연 여부, 운동 여부, 컴퓨터 사용시간을 조사하였으며, 조사대상자의 스트레스 정도는 선행연구(Zhu JF 2012)를 참조하여 스트레스 문항 중 식생활관련 5문항을 5점 리커트척도에 따라 ‘매우 그렇다’는 5점, ‘그렇다’는 4점, ‘보통’은 3점, ‘그렇지 않다’는 2점, ‘전혀 그렇지 않다’는 1점 등으로 점수화하였다. 식품의 섭취형태로 식품 종류인 만두류, 육가공품, 훈제육류, 족, 면류, 도시락류, 시리얼, 김밥류, 샌드위치류, 햄버거류, 치킨류, 피자류, 빵류, 분식류 등 14개로 분류하여 조사하였다.

3. 자료의 통계처리

수집된 설문 자료는 SPSS(version 23)을 사용하여 통계처리 하였으며, 조사대상자의 일반적 특성을 파악하기 위해 빈도, 백분율을 이용하였다. 또한 중국인 유학생들의 문화적응 정도에 따른 인구학적 특성, 식습관 및 생활습관, 식생활 관련 스트레스, 식품의 섭취형태를 교차분석(χ^2 -test)과 *T*-test를 사용하여 유의성을 검증하였다. 또한 문화적응도, 식습관, 식품섭취빈도, 교육수준, 거주기간 및 한국어능력과의 상관관계는 Pearson correlation coefficient로 분석하였다. 유의성 검증은 $p < 0.05$, $p < 0.01$ 에서 실시하였다.

결과 및 고찰

1. 문화적응 정도에 따른 인구학적 특성 비교

문화적응 정도에 따른 인구학적 특성을 분석한 결과는 Table 1과 같다. 전체적으로 문화적응 정도에 따라 연령, 교육수준, 거주기간, 한국어 능력에 통계학적으로 유의한 차이가 나타난 반면($p < 0.05$), 성별, 거주 형태, 한국에 오게 된 계기는 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p > 0.05$). 성별로 보면 남자인 경우, LA 그룹이 104명(45.8%), HA 그룹 44명(56.4%), 여자인 경우, LA 그룹이 123명(54.2%), HA 그룹 34명(43.6%)으로, 남자가 여자보다 문화적응 정도는 높게 나타났으나, 통계학적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다($p > 0.05$). 연령별로 보면 19세 미만인 경우, LA 그룹이 23명(11.5%), HA 그룹 6명(7.7%), 20~24세인 경우, LA 그룹이 178명(78.4%), HA 그룹 54명(43.6%), 25세 이상인 경우, LA 그룹이 23명(10.1%), HA 그룹 18명(23.1%)으로 연령에 따라 문화적응도는 차이가 나타났으며, 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다($p < 0.05$). 교육수준별로 보면 어학연수인 경우, LA

Table 1. Comparison of general characteristics according to acculturation

Variables	Specification	LA	HA	Total	χ^2
Gender	Male	104(45.8)	44(56.4)	148(48.5)	2.609 (0.116)
	Female	123(54.2)	34(43.6)	157(51.5)	
Age	< 19 years	23(11.5)	6(7.7)	32(10.5)	8.663* (0.013)
	20~24 years old	178(78.4)	54(69.2)	232(76.1)	
	>25 years old	23(10.1)	18(23.1)	41(13.4)	
Education level	Language school	92(40.5)	28(35.9)	120(39.3)	12.348* (0.002)
	University	120(52.9)	34(43.6)	154(50.5)	
	Graduate school	15(6.6)	16(20.5)	31(10.2)	
Residence period	<1 year	93(41.0)	27(34.6)	120(39.3)	12.413* (0.015)
	<2 years	55(24.2)	13(16.7)	68(22.3)	
	<3 years	44(19.4)	12(15.4)	56(18.4)	
	<4 years	19(8.4)	12(15.4)	31(10.2)	
	≥4 years	16(7.0)	14(17.9)	30(9.8)	
Residence pattern	Dormitory	137(60.4)	39(50.0)	176(57.7)	2.816 (0.421)
	Lodging	3(1.3)	2(2.6)	5(1.6)	
	Trace and home	82(36.1)	35(44.9)	117(38.4)	
	Gositel	5(2.2)	2(2.3)	7(2.3)	
Korean ability	None	37(16.3)	9(11.5)	46(15.1)	12.039* (0.007)
	Level 1~2	19(8.4)	11(14.1)	30(9.8)	
	Level 3~4	144(63.4)	38(48.7)	182(59.7)	
	Level 5~6	27(11.9)	20(25.6)	47(15.4)	
Purpose of coming to Korea	Korean language	57(25.6)	21(26.9)	78(25.6)	2.856 (0.414)
	Diploma obtention	151(66.5)	46(59.0)	197(64.6)	
	Korean popularity	3(1.3)	1(1.3)	4(1.3)	
	Others	16(7.0)	10(12.8)	26(8.5)	
Total		227(100.0)	78(100.0)	305(100.0)	

* $p < 0.05$, LA: Low acculturation, HA: High acculturation.

그룹이 92명(40.5%), HA 그룹 28명(35.9%), 대학생인 경우, LA 그룹이 120명(52.9%), HA 그룹 34명(43.6%), 대학원생인 경우, LA 그룹이 15명(6.6%), HA 그룹 16명(20.5%)으로 교육 수준에 따른 문화적응도는 차이가 나타났으며, 통계학적으로 유의한 차이가 나타났($p < 0.05$). 거주기간별로 보면 1년 미만인 경우, LA 그룹이 93명(41.0%), HA 그룹 27명(34.6%), 2년 미만인 경우, LA 그룹이 55명(24.2%), HA 그룹 13명(16.7%), 3년 미만인 경우, LA 그룹이 44명(19.4%), HA 그룹 12명(15.45%), 4년 미만인 경우, LA 그룹이 19명(8.4%), HA 그룹 12명(15.4%), 4년 이상인 경우, LA 그룹이 16명(7.0%), HA 그룹 14명(17.9%)으로 거주기간에 적을수록 문화적응 정도는 낮게 나타났으며, 통계학적으로 유의한 차이가 나타났($p < 0.05$). 거주형태별 보면 기숙사인 경우, LA 그룹이 137명(60.4%), HA 그룹 39명(50.0%), 하숙인 경우, LA 그룹이 3

명(1.3%), HA 그룹 2명(2.6%), 자취·자택인 경우, LA 그룹이 82명(36.1%), HA 그룹 35명(44.9%), 고시텔인 경우, LA 그룹이 5명(2.2%), HA 그룹 2명(2.3%)으로 거주형태에 따른 문화적응도는 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p > 0.05$). 한국어 능력별로 보면 급수 없음인 경우, LA 그룹이 37명(16.3%), HA 그룹 9명(11.5%), 1~2급인 경우, LA 그룹이 19명(8.4%), HA 그룹 11명(14.1%), 3~4급인 경우, LA 그룹이 144명(63.4%), HA 그룹 38명(48.7%), 5~6급인 경우, LA 그룹이 27명(11.9%), HA 그룹 20명(25.6%)으로 한국어 능력이 낮을수록 문화적응 정도는 낮은 것으로 나타났으며, 통계학적으로 유의한 차이가 나타났($p < 0.05$). 한국에 오게된 계기를 보면 한국어 향상인 경우, LA 그룹이 57명(25.6%), HA 그룹 21명(26.9%), 학위취득인 경우, LA 그룹이 151명(66.5%), HA 그룹 46명(59.0%), 한류관심인 경우, LA 그룹이 3명(1.3%),

HA 그룹 1명(1.3%), 기타인 경우, LA 그룹이 16명(7.0%), HA 그룹 10명(12.8%)으로 한국에 오는 계기에 따른 문화적응도는 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p>0.05$).

2. 문화적응 정도에 따른 식습관 및 생활습관의 비교

문화적응 정도에 따른 식습관 차이를 분석한 결과는 Table 2와 같다. 전체적으로 문화적응 정도에 따라 식사 횟수, 외식 횟수, 중국음식 섭취 여부에 통계학적으로 유의한 차이가 나타난 반면($p<0.05$), 간식 섭취 횟수는 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p>0.05$). 하루에 식사 횟수는 '2회'인 경우, 138명(45.2%)으로 가장 높게 나타났으며, LA 그룹이 102명(44.9%), HA 그룹 36명(46.2%)으로 대부분 중국인 유학생들은 하루에 2번 식사하는 것으로 나타났다. 하루 식사 횟수는 문화적응 정도가 높은 그룹과 낮은 그룹 간에는 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($p<0.05$). Zhang TT(2012)의 연구에 의하면 대부분의 중국인 대학생들의 식사 시간이 매우 불규칙적이며, 식사량의 경우, 변동의 폭이 큰 것으로 연구 보고되고 있다. 간식섭취 횟수는 '주 1~2회'인 경우, 103명(33.8%)으로 LA 그룹이 76명(33.5%), HA 그룹이 27명(34.6%)으로 가장 많았고, '거의 먹지 않음'인 경우, LA 그룹이 59명(26.0%), HA 그룹이 24명(30.8%), '주 3~4회'인 경우, LA 그룹이 51명(22.5%), HA 그룹이 14명(17.9%), '주 5~6회'인 경우, LA 그룹이 16명(7.0%), HA 그룹이 8명(10.3%), '매일'인 경우,

LA 그룹이 25명(11.0%), HA 그룹이 5명(6.4%)으로 나타났으나, 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p>0.05$). 외식횟수는 '주 1~2회'인 경우, LA 그룹이 100명(44.1%)으로 가장 높게 나타났으며, '주 3~4'인 경우, HA 그룹이 23명(29.5%)으로 가장 높게 나타났다. '거의 먹지 않음'인 경우, LA 그룹이 28명(12.3%), HA 그룹이 5명(6.4%)으로 LA 그룹이 HA 그룹보다 좀더 높게 나타나, 문화적응 정도에 따라 외식 횟수에 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다($p<0.05$). 한국에 온 이후 중국인 유학생들이 간식 및 외식 섭취 빈도가 높고, 패스트푸드 식품을 자주 섭취하는 등 식사 및 영양문제가 심각한 것으로 보고되고 있다(Zhu JF 2012; Li GT 2013). 외식횟수가 '월 3회' 이하 35.4%, '주 1~3회'가 33.6%, '하루 1회' 16.2%, '주 4~6회' 8.3%, '하루 2회' 이상 6.6% 순으로 나타나, 외식횟수가 '주 1~3회'나 '월 3회' 이하가 50% 이상인 것으로 나타나(Cho EY 2000), 본 연구 결과와 다소 차이를 나타내었다. 중국음식 섭취 여부는 LA 그룹이 212명(93.4%), HA 그룹이 66명(84.6%)으로 한국에서 중국음식 섭취하고 있는 것으로 나타난 반면에, LA 그룹이 15명(6.6%), HA 그룹이 12명(15.4%)으로 섭취하지 않는다고 나타나, 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($p<0.05$). Wang JS(2015)의 연구에서 중국인 유학생의 83.2%의 응답자가 한국에서 중국음식을 섭취하고 있는 것으로 나타나, 본 연구 결과와 유사한 것으로 나타났다.

Table 2. Comparison of dietary habits according to acculturation

Variables	Specification	LA	HA	Total	χ^2
Meal frequency	1 time	12(5.3)	0(0.0)	12(3.9)	15.875* (0.003)
	2 times	102(44.9)	36(46.2)	138(45.2)	
	3 times	62(27.3)	28(35.9)	90(29.5)	
	4 times	1(0.4)	4(5.1)	5(1.6)	
	Irregular	50(22.0)	10(12.8)	60(19.7)	
Snack taking frequency	Never	59(26.0)	24(30.8)	83(27.2)	3.075 (0.545)
	1~2 times/week	76(33.5)	27(34.6)	103(33.8)	
	3~4 times/week	51(22.5)	14(17.9)	65(21.3)	
	5~6 times/week	16(7.0)	8(10.3)	24(7.9)	
	Everyday	25(11.0)	5(6.4)	30(9.8)	
Meal outside frequency	Rarely	28(12.3)	5(6.4)	33(10.8)	21.647* (0.000)
	1~2 times/week	100(44.1)	18(23.1)	118(38.7)	
	3~4 times/week	55(24.2)	23(29.5)	78(25.6)	
	5~6 times/week	19(8.4)	18(23.1)	37(12.1)	
Chinese food intake	Everyday	25(11.0)	14(17.9)	39(12.8)	5.542* (0.019)
	Yes	212(93.4)	66(84.6)	278(91.1)	
	No	15(6.6)	12(15.4)	27(8.9)	

* $p<0.05$, LA: Low acculturation, HA: High acculturation.

Table 3. Comparison of life habits according to acculturation

Variables	Specification	LA	HA	Total	χ^2
Drinks	Never	171(75.3)	51(65.4)	222(72.8)	10.530* (0.015)
	1~2 times/week	46(20.3)	15(19.2)	61(20.0)	
	3~4 times/week	6(2.6)	7(9.0)	13(4.3)	
	5~6 times/week	4(1.8)	5(6.4)	9(3.0)	
	Everyday	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	
Smoking	Yes	35(15.4)	14(17.9)	49(16.1)	0.276 (0.600)
	No	192(84.6)	64(82.1)	256(83.9)	
Exercise	Rarely	43(18.9)	14(17.9)	57(18.7)	9.197 (0.056)
	1~2 times/week	72(31.7)	21(26.9)	93(30.5)	
	3~4 times/week	70(30.8)	19(24.4)	89(29.2)	
	5~6 times/week	27(11.9)	10(12.8)	37(12.1)	
	Everyday	15(6.6)	14(17.9)	29(9.5)	
Computer time	Never	24(10.6)	6(7.7)	30(9.8)	12.378* (0.030)
	<2 hrs	56(24.7)	9(11.5)	65(21.3)	
	2~3.9 hrs	77(33.9)	33(42.3)	110(36.1)	
	4~5.9 hrs	48(21.1)	19(24.4)	67(22.0)	
	6~7.9 hrs	16(7.0)	4(5.1)	20(6.6)	
	>8 hrs	6(2.6)	7(9.0)	13(4.3)	

* $p < 0.05$, LA: Low acculturation, HA: High acculturation.

문화적응 정도에 따른 생활습관 차이를 분석한 결과는 Table 3과 같다. 전체적으로 문화적응 정도에 따라 음주 여부, 컴퓨터 사용시간에 통계학적으로 유의한 차이가 나타난 반면($p < 0.05$), 흡연과 운동은 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p > 0.05$). 음주인 경우, 거의 먹지 않음이 222명(72.8%)으로 가장 높게 나타났으며, LA 그룹이 171명(75.3%), HA 그룹 51명(65.4%)으로 대부분 중국인 유학생들은 음주를 거의 하지 않는 것으로 나타났다. 음주 여부는 문화적응 정도가 높은 그룹과 낮은 그룹 간에는 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($p < 0.05$). 흡연인 경우, “안한다”는 256명(83.9%)으로 가장 높게 나타났으며, LA 그룹이 192명(84.6%), HA 그룹 64명(82.1%)으로 대부분 중국인 유학생들은 비흡연자로 나타났다. 흡연 여부는 문화적응 정도가 높은 그룹과 낮은 그룹 간에는 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p > 0.05$). 운동인 경우, 1~2번/주일 93명(30.5%)으로 가장 높게 나타났으며, LA 그룹이 72명(31.7%), HA 그룹 21명(26.9%)으로 대부분 중국인 유학생들은 운동을 일주일에 1~2번 하는 것으로 나타났다. 운동 여부는 문화적응 정도가 높은 그룹과 낮은 그룹 간에는 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p > 0.05$). 컴퓨터 사용시간인 경우, 2시간에서 4시간 미만인 110명(36.1%)으로 가장 높게 나타났으며, LA 그룹이 77명

(33.9%), HA 그룹 33명(42.3%)으로 대부분 중국인 유학생들은 컴퓨터를 일주일에 2시간에서 4시간 미만 하는 것으로 나타났다. 컴퓨터 사용시간은 문화적응 정도가 높은 그룹과 낮은 그룹 간에는 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($p < 0.05$).

3. 문화적응 정도에 따른 식생활 관련 스트레스 비교

Table 4는 중국인 유학생들의 문화적응 정도에 따른 식생활 관련 스트레스를 분석한 결과이다. 전체적으로 중국인 유학생의 식생활 관련 스트레스 결과는 2.92점으로 평균보다 높게 나타났으며, LA 그룹이 2.97점, HA 그룹이 2.78점으로 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다($p < 0.05$). 세부적으로 살펴보면 ‘학교식당 메뉴의 다양성이 부족하다’는 LA 그룹이 3.81점, HA 그룹이 3.47점으로 가장 높게 나타났고, ‘한국 음식은 입에 안 맞아서 거를 때가 많다’는 LA 그룹이 2.51점, HA 그룹이 2.23점으로 나타났고, ‘한국음식은 전반적으로 짜고 맵다고 생각한다’는 LA 그룹이 2.99점, HA 그룹이 2.68점으로 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다($p < 0.05$). Woon YE(2010)의 연구에서 외국인 유학생뿐만 아니라, 한국 대학생도 학교 식당 만족도가 낮다고 조사되었고, 불만이 많은 것으로 나타났다. 이를 통해 전체적으로 문화적응 정도가 낮은 그룹이 높은 그룹보다 식생활 관련 스트레스를 많이 받는 것

Table 4. Comparison of dietary life related stress according to acculturation

Specification	LA	HA	Total	t
I often skip meals because Korean foods are untasty to me.	2.51±1.06	2.23±1.10	2.44±1.08	1.991(0.047)*
Korean foods are salty and spicy to me.	2.99±1.10	2.68±1.08	2.91±1.10	2.170(0.031)*
I often feel hungry after meals because Korean foods are less oily than Chinese foods.	2.74±1.08	2.78±1.08	2.75±1.07	-0.266(0.790)
Menus in university cafeterias are not diverse.	3.81±0.98	3.47±1.07	3.72±1.01	2.455(0.015)*
I often experience the differences in between ordered and provided Korean meals due to my poor Korean pronunciation.	2.81±0.99	2.72±1.17	2.78±1.04	0.595(0.553)
Total	2.97±0.67	2.78±0.76	2.92±0.71	2.127(0.034)*

* $p < 0.05$, LA: Low acculturation, HA: High acculturation.

으로 나타나, 문화적응 프로그램의 개발 및 실시 필요성이 있는 것으로 사료된다.

4. 문화적응 정도에 따른 식품의 섭취 비교

문화적응 정도에 따른 식품섭취 형태결과는 Table 4와 같다. 전체적으로 중국인 유학생은 면류 2.47점, 도시락류 2.34점, 빵류 2.15점 순으로 나타나, 주로 간단히 먹을 수 있는 가공식품 섭취경향을 나타냈다. 문화적응 정도에 따른 면류는 LA 그룹이 2.45점, HA 그룹이 2.55점, 도시락류는 LA 그룹이 2.31점, HA 그룹이 2.43점이었고, 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않은 반면($p > 0.05$), 만두류는 LA 그룹이 1.60점, HA 그룹이 1.80점, 죽류는 LA 그룹이 1.46점, HA 그룹이 1.78점, 햄버거류는 LA 그룹이 1.85점, HA 그룹이 2.13점, 치킨류는 LA 그룹이 1.92점, HA 그룹이 2.30점, 피자류는 LA 그룹이 1.72점, HA 그룹이 2.03점으로 나타나, 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다($p < 0.05$). 중국인 유학생의 대상으로 한 연구에서 저렴하고 간편하게 해결하기 위한 라면은 섭취빈도가 높은 것으로 나타났으며(Lu WF 2012), Woo(2013)의 연구에서 도시락은 가장 쉽게 접할 수 있는 한끼 식사로 많은 싱글족들이 많이 즐겨 찾는 것으로 나타났다. 이는 대학생을 대상으로 한 연구에서 시리얼 1.60점 < 냉동만두 1.61점 < 햄버거류 1.66점 < 샌드위치류 1.82점 < 냉동육가공품 1.84점 < 훈제육류 2.01점 < 봉지라면 2.12점 < 컵라면 2.18점 < 김밥류 2.24점의 순이었으며, ‘김밥류’, ‘컵라면’, ‘봉지라면’, ‘훈제육류’의 이용도가 가장 높아, 본 연구와 품목에서의 차이를 보이지만, 중국인 유학생과 대학생 모두 편의식품을 섭취할 때, 조리가 간편한 품목을 선호하는 것으로 보였다(Jo EJ 2009). 편의식품은 고지방, 고염식, 저비타민, 저무기질에 속하여 지나치게 섭취한다면 영양 불균형을 초래하게 된다. 또한 가공과정에서 일부 영양소가 파괴되기도 하고, 보존선을 유지하기 위해서 각종 방부제를 첨가하기도 하며, 이들은 가열과정에서 인체에 유해한 물질로 변화할 수도 있다. 더 심각

한 문제는 트랜스 지방산이 함유된 식품을 장기간 섭취할 경우는 심장질환문제, 고혈압 문제, 신장질환문제, 비만문제 등과 관련된 건강문제에 큰 영향을 미칠 수 있다. 따라서 영양 표시제, 위해요소, 편의식품 선택방법에 대한 교육을 실시하여 올바른 섭취를 유도하는 것이 중요하다고 생각된다.

5. 문화적응 정도에 미치는 영향 요인

Table 5는 중국인 유학생들의 문화적응 정도에 영향을 미치는 관련 요인간의 상관관계를 분석한 결과이다. 문화적응 정도는 식습관, 식품섭취, 교육수준, 거주기간, 한국어능력에 통계학적으로 유의한 양(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 교육수준과 거주기간의 상관관계 값이 0.669로 가장 높게 나타났으며, 거주기간과 한국어 능력 0.456, 교육수준과 한국어 능력 0.420 순으로 나타났($p < 0.01$). 이는 중국인 유학생들이 문화적응 정도에 따라 식습관, 가공식품섭취, 교육수준, 거주기간, 한국어능력 정도가 영향 요인으로 작용하는 것으로 나타났다. REN Lu(2016)은 중국인 유학생을 대상으로 식습관, 스트레스, 편의식품 섭취와의 상관분석 결과, 식

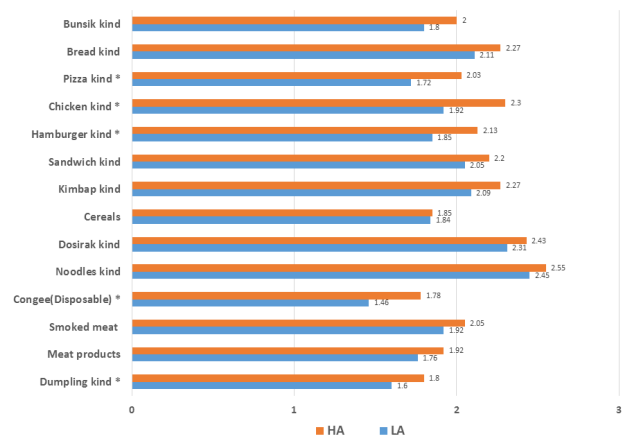


Fig. 1. The intake frequency of food by acculturation.

* $p < 0.05$ LA: Low acculturation, HA: High acculturation.

Table 5. Relationship of dietary life related factor and acculturation

	Acculturation	Dietary habits	Food intake	Education level	Residence period	Korean ability
Acculturation	1					
Dietary habits	0.256**	1				
Food intake	0.257**	0.253**	1			
Education level	0.157**	0.068	-0.033	1		
Residence period	0.187**	-0.015	-0.036	0.669**	1	
Korean ability	0.149**	0.078	0.006	0.420**	0.456**	1

** $p < 0.01$.

습관과 편의식품 섭취, 스트레스는 관련성이 있다고 보고하였다. 중국인 유학생들의 좋은 식습관 및 올바른 가공식품 섭취를 위해서는 영향요인인 문화적응을 위해 노력을 하여야 할 것으로 사료된다.

요약 및 결론

본 연구는 중국인 유학생들의 올바른 식습관을 위한 대책을 모색하고, 국내에서의 적절한 유학적응을 돕는 프로그램을 개발하는 기초 자료로 활용하고자 재한 중국인 유학생들의 문화적응 정도에 따른 인구학적 특성, 식습관 및 생활습관, 생활관련 스트레스, 식품의 섭취형태와의 관련성을 비교한 결과는 다음과 같다.

1. 문화적응 정도에 따른 인구학적 특성을 분석한 결과, 전체적으로 문화적응 정도에 따라 연령, 교육수준, 거주기간, 한국어 능력에 통계학적으로 유의한 차이가 나타난 반면 ($p < 0.05$), 성별, 거주 형태, 한국에 오게 된 계기는 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p > 0.05$).

2. 문화적응 정도에 따른 식습관 차이를 분석한 결과, 전체적으로 문화적응 정도에 따라 식사 횟수, 외식 횟수, 중국 음식 섭취 여부에 통계학적으로 유의한 차이가 나타난 반면 ($p < 0.05$), 간식 섭취 횟수는 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p > 0.05$). 문화적응 정도에 따른 생활습관 차이는 전체적으로 문화적응 정도에 따라 음주 여부, 컴퓨터 사용 시간에 통계학적으로 유의한 차이가 나타난 반면($p < 0.05$), 흡연과 운동은 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p > 0.05$).

3. 중국인 유학생들의 문화적응 정도에 따른 식생활 관련 스트레스를 분석한 결과, 전체적으로 중국인 유학생의 식생활 관련 스트레스 결과는 2.92점으로 평균보다 높게 나타났으며, LA 그룹이 2.97점, HA 그룹이 2.78점으로 통계학적으로 유의한 차이가 나타났다($p < 0.05$).

4. 문화적응 정도에 따른 식품섭취 형태결과, 전체적으로 중국인 유학생은 면류 2.47점, 도시락류 2.34점, 빵류 2.15점

순으로 나타났으며, 만두류, 죽류, 햄버거류, 치킨류, 피자류는 통계학적으로 유의한 차이가 나타난 반면($p < 0.05$), 면류는 통계학적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다($p > 0.05$).

5. 중국인 유학생들의 문화적응 정도에 영향을 미치는 관련 요인간의 상관관계를 분석한 결과, 식습관, 식품섭취, 교육수준, 거주기간, 한국어능력에 통계학적으로 유의한 양(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 교육수준과 거주기간의 상관계수 값이 0.669로 가장 높게 나타났으며, 거주기간과 한국어 능력 0.456, 교육수준과 한국어 능력 0.420 순으로 나타났다($p < 0.01$).

References

- Chen X. 2015. The effects of self-efficacy and stress coping strategies of Chinese students in Korea on their adaptation to college life in accordance to their duration of study. MS Thesis, Kyunghee Univ. Seoul. Korea
- Cho EY. 2000. A survey on consumption about convenience foods and food habits of anthropometric status and food habits of college students in Daejeon, Chungnam area. *Korean J Comm Nutr* 7:149-155
- Feng Z. 2014. The study on relevance of healthy practice of Chinese students in Korea. MS Thesis, Gachon Univ. Seongnam. Korea
- Gao RR. 2014. Changes in dietary behaviors and analysis of health-related risk factors of Chinese international students in Korea. MS Thesis, Seoul Women's Univ. Seoul. Korea
- Hwang HS. 1991. An survey on dietary lifeand nutrition statusin Mokpo National University. *The Korean Soc Food Science and Nutr* 20:65-72
- Jo EJ. 2009. A survey of the consumption patterns of convenience foods of university students in the Masan & Changwon area. MS Thesis, Changwon Univ. Kyungnam. Korea
- Korea Immigration Service. 2017. <https://www.immigration.go.kr/>

- Ko MS. 2007. The comparison in daily intake of nutritions and dietary habits of college students in Busan. *Korean J Comm Nutr* 2:259-271
- Lee JS. 2003. A study of female college students' behavior and ideal breakfast types. *Korean J Food Culture* 18:466-474
- Li GT. 2013. The change of dietary environment and snacking habits of Chinese students in South Korea. MS Thesis, Gachon Univ. Seongnam. Korea
- Lian XP. 2015. The effect of school adaptation ss and leisure-time exercise on school life maladjustment among Chinese students in Korea. MS Thesis, Jeju Univ. Korea
- Lim R. 2016. The study of dietary habits, convenience foods recogniton and intake on Chinese students in Korea. MS Thesis, Gachon Univ. Seongnam. Korea
- Logue, AW, Smith, ME. 1986. Predictors of food preferences in adult humans. *Appetite* 7:109-125
- Lu WF. 2012. Acculturation and changes in dietary habits of Chinese students living in Korea. MS Thesis, Myeongji Univ. Seoul. Korea
- Song WY, Li N. 2008. Chinese student's early psychological adaptation according to their acculturation type. *Korean Psychological Association* 5:159-173
- Song YJ, Richard HC, Hovell MF, Paik HY, Park HR, Lee J, Veronica I. 2004. Acculturation and health risk behaviors among Californians of Korean descent. *Preventive Medicine* 39:147-156
- Su M. 2013. The effect of acculturative stress on psychological well-being for Chinese students living in Korea: Focused on ego-resilience. MS Thesis, Daegu Univ. Kyungnam. Korea
- Suinn RM, Ahuna C, Khoo G. 1992. The suinn-lew Asian self-identity acculturation scale: Concurrent and factorial validation. *Educational and Psychological Measurement* 52:1041-1046
- Wang JS. 2015. Dietary behavior and stress in acculturation group among Chinese students living in Korea. MS Thesis, Dongguk Univ. Seoul. Korea
- Woon YE. 2010. A study on the specialty coffee shop selection attributes by the food-related lifestyle. MS Thesis, Chungang Univ. Seoul. Korea
- Wu K. 2016. Chinese students attending college adjustment and acculturation stress study. MS Thesis, Dongeui Univ. Korea
- Yan WQ. 2016. A study on the difference in the diet habit and the life style between the Chinese college students living in China and Korea, and the Korean college students. MS Thesis, Inha Univ. Incheon. Korea
- Zhang TT. 2012. The effects of culture bounded self-construal on self-esteem and school adjustment: a comparative study of Chinese international students and Korean international students. MS Thesis, Hanyang Univ. Seoul. Korea
- Zhu LL. 2012. A study of group arts therapy on released depression for the new Chinese students in Korea. MS Thesis, Wonkwang Univ. Jeonnam. Korea

Received 09 March, 2017

Revised 03 April, 2017

Accepted 09 May, 2017